

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с. Среднеивкино
Верхошижемского района Кировской области**

РАССМОТРЕНО

Педсовет

Протокол №1

от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Греднев Р.В.

**Приказ №87 от «02»
сентября 2024 г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Подвижные игры»

для обучающихся 1 класса

Среднеивкино 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Подвижные игры» для 1 класса составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования (ФГОС НОО), утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 N 286

Ведущим типом деятельности младших школьников является игра. Подвижные игры повышают интерес к занятиям физической культурой и спортом, позволяют избежать напряжения, которое возникает при многократном повторении упражнений, улучшается реакция на быстро меняющуюся обстановку, развивается умение оценивать пространственно-временные отношения. В тоже время подвижная игра носит коллективный характер, и в процессе игры дети учатся взаимодействовать между собой, у них развиваются волевые качества.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Задачи:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;

Программа направлена на постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми. Занятия состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. В теоретической части обучающимся сообщаются основные сведения о названиях, правилах проведения, организации, и технике безопасности на занятиях подвижными играми, понятие о правильной осанке, гигиенических требованиях к питанию, к инвентарю и спортивной одежде, режиме дня и личной гигиене, о спортивных травмах и их предупреждение, способы и приемы первой помощи. В практической части обучающиеся овладевают двигательными умениями и навыками, тактикой подвижных игр и эстафет различной направленности тем самым стимулируют активность к самостоятельному использованию полученных знаний в досуговой деятельности, развивают творчество, саморазвитие, самосовершенствование обучающихся.

Программа предусматривает безотметочное обучение. Для контроля обучающихся используются средства самооценки: «я понял, у меня всё получилось», «я справился, но есть вопросы», «нуждаюсь в помощи».

Срок освоения программы: на реализацию программы отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 34 учебные недели. Продолжительность одного занятия 40 минут. Программа реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений в соответствии с учебным планом МКОУ СОШ с. Среднеивкино.

Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

В результате освоения программы подвижные игры у обучающегося будут сформированы следующие результаты:

Личностные:

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

Метапредметные:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

Содержание учебного курса

№ п/п	Тема раздела	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	4
2	Практическая подготовка (подвижные игры)	30
	Итого	34 часа

Раздел 1. Теоретическая подготовка – 4 часа

Техника безопасности (Понятие техники безопасности при организации и проведении спортивных и подвижных игр).

Возникновение подвижных игр. Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде. Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи

Раздел 2. Практическая подготовка (подвижные игры) - 30 часов

Игровое упражнение "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки", подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо - громко". Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники", игра малой подвижности "Эхо". "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча в колонне", "Успей добежать", игра малой подвижности "Летает, не летает". "Не попадись", "Догони свою пару", игра "Фигуры", "Ноги от земли", игра малой подвижности "Кто ушел?". Подвижная игра средней интенсивности "Ключи", "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца", "Воробьи и кошка", "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч вошедшему", "Перелет птиц", игра малой подвижности "Поймай мяч", «Мяч среднему», игра малой подвижности "Угадай, чей голосок", "Будь ловким", "Хитрая лиса", эстафета "Передача мяча в колонне", "Бери ленту", "Мяч в воздухе", "Медведь и пчелы", "Воротца", "Затейники", «Светофор», «Запрещённое движение», «Чай, чай выручай!». Игровые упражнения без лыж "Лепка снежков и бросание их вдаль". Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж - "нарисуем веер". «Белые медведи», «Два Мороза».

Игра "Кто самый быстрый?". Игра "Кто дальше проскользит?". "Паук и мухи", игра малой подвижности "Река и ров". "Ловишки с мячом".

"Паук и мухи", "Скворечники", "Пустое место", "Мы - физкультурники", "Мышеловка", "Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге", "День и ночь", "Охотники и утки", "Мяч водящему", "Быстрее по местам!", "Волк во рву", "Найди предмет", "Мяч водящему", «Бездомный заяц».

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
1 четверть				

1	ТБ при проведении подвижных игр. Подвижная игра «Ловишки». Игровое упражнение «Быстро встань в колонну»,	1		
2	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». Подвижная игра "Ловишки с мячом".	1		
3	"Быстро встань в колонну", подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко".	1		
4	Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижная игра "Совушка".	1		
5	Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	1		
6	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".	1		
7	Подвижная игра "Успей добежать", игра малой подвижности "Эхо", "Летает, не летает".	1		
	2 четверть			
8	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	1		
9	Подвижная игра "Ноги от земли", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок".	1		
10	Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца", "Воробьи и кошка".	1		
11	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Подвижная игра "Ключи", "Мышеловка".	1		
12	Подвижная игра "Хитрая лиса". "Найди предмет»	1		
13	Подвижная игра "Салки", эстафета "Передача мяча в колонне".	1		
14	Подвижная игра "Бери ленту", игра малой подвижности "Эхо". Подвижная игра "Мяч в воздухе".	1		
15	Подвижная игра средней интенсивности "Ключи", игра малой подвижности "Кто ушел?".	1		
	3 четверть			
16	Подвижная игра "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч вошедшему".	1		
17	Подвижная игра "Медведи и пчелы", игра малой подвижности "Воротца".	1		
18	Подвижная игра "Светофор», игра малой подвижности "Угадай, чей голосок".	1		
19	Подвижная игра "Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Запрещённое движение".	1		
20	Подвижная игра "Перелет птиц", игра малой подвижности "Поймай мяч".	1		
21	Игра малой подвижности "Поймай мяч", «Мяч среднему», «Метко в цель».	1		
22	ТБ. Игровые упражнения без лыж "Лепка снежков и бросание их вдаль".	1		
23	Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж - "нарисуем веер".	1		

24	Игра "Кто самый быстрый?". «Белые медведи»	1		
	4 четверть			
25	Веселые старты. Игра "Кто дальше проскользит?"	1		
26	Подвижная игра "Пустое место". Подвижная игра "Мы - физкультурники",	1		
27	Подвижная игра "Паук и мухи", игра малой подвижности "Река и ров", «Два Мороза»	1		
28	Подвижная игра "Скворечники", игра малой подвижности "Передал, садись".	1		
29	Подвижные игры "Совушка", "Море волнуется", "Мяч водящему",	1		
30	Подвижная игра "Охотники и утки", "Волк во рву".	1		
31	Эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге, колонне", "День и ночь", «Быстрее по местам»	1		
32	Подвижные игры «Караси и щука», «Бездомный заяц».	1		
33	Подвижные игры "Догони свою пару», «Чай, чай выручай!»	1		
34	Обобщение. Игры на повторение.	1		

Перечень учебно-методического обеспечения

1. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
2. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
4. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
5. В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
6. Ларчик с играми, М. Детская литература, С. Глязер, 1975 г
7. Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. СРЕДНЕИВКИНО
ВЕРХОШИЖЕМСКОГО РАЙОНА КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ,** Греднев Роман
Васильевич, Директор

13.03.25 17:48 (MSK)

Сертификат 98DCE901810397879C01EAB36F51EADC